ZAMAN 22 EKİM 2005 CUMARTESİ SAYI: 150 ZAMAN'LA BİRLİKTE SATILIR www.zaman.com.tr/ailem

ailem

Zeki çocuklar da öğrenme güçlüğü yaşıyor



İÇİNDEKİLER

ZAMAN ailem

22 EKİM 2005 CUMARTESİ SAYI: 150

Feza Gazetecilik A.Ş. Adına İmti-	yaz Sahibi Ali Akbulut
Genel Yayın Müdü-	rü
Yayın Danışmanı	Hamdullah Öztürk
Yayın Editörleri	Serhat Şeftali Mustafa Aydın Şemsinur B. Özde-
Katkıda Bulunanlar	Ali Demirel Ali Budak
Tasarım	Mehmet Şimşek
Kapak	Orhan Nalın
Sorumlu Müdür ve Yayın Sahibi Temsil-	cisi
Reklam Koordinatö-	rü
Yayın Türü	Yaygın Süreli

Zaman Gazetesi 34194 Yenibosna/İstanbul
Tel: 0212 454 1 454 (pbx) www.zaman.com.tr
Baskı: Feza Gazetecilik AŞ Tesisleri

http://www.zaman.com.tr/ailem
Öneri ve teklifleriniz için: ailem@za-

Müsaitseniz sizi yeni portalımıza bekliyoruz

Eğitim sisteminin değişmesi çocuklardan çok belki anne-babaları etkiledi diyebiliriz. Her gece çocuklarının yapacağı araştırmalar için seferber olan ebeveynler de yeni yeni şeyler öğrenmek durumunda kalacak. Bir dönem rağbet edilen ansiklopediler de artık revaçta olacaktır. Bu haftaki kapak konumuz da zeki; ama öğrenme güçlüğü çeken çocukları anlatıyor bize. Birçok anne-babanın faydalanacağı bilgi bulacaksınız bu dosyamızdan.

***

Ailem olarak aylardır üzerinde çalışılan portalımız artık daha kullanışlı ve etkin olarak hizmetinize girecek. Ailem'in bugüne kadar çıkmış 150 sayılık devasa arşivi, binlerce yazı, anekdot, bilgi, haber arşivi elinizin altında olacak. Çocukların araştırmalarında önemli bir kaynak teşkil edecek. Arama ve eski sayıları bulma kolaylığı, sağlam ve güvenilir olması büyük bir avantajınız olacak. Ailem portalına ulaşmak için 'www.zaman.com.tr'den ailem'e tıklamanız yeterli. Her hafta yenilenen konularıyla sizi portalımızda misafirliğe bekliyoruz.

***

Ailem'in bu sayısında iki farklı alanda yeni çalışmalarımızı bulacaksınız. İlki Ali Demirel Bey'in hazırladığı "iman" köşemiz. Ali Bey'in bu değerli çalışması okurlarımızla bu hafta buluşacak. Bu köşemizde imanla ilgili bütün tereddütler giderilmiş olacak. Merak edilen birçok konu açıklığa kavuşturulacak.

İkinci bölümümüz ise "dekorasyon". Tasarımcı Reyhan Yazıcı Hanım'ın hazırladığı çalışmaları bu sayımızdan itibaren okuyabileceksiniz. Reyhan Hanım'ın bizlere sunacağı bilgilerin fonksiyonel olması birçok evde dikkatle takip edilmemizi sağlayacak. Bu ayrıntıları sakın kaçırmayın. Bu haftaki konumuz; koltuklar.

Ailem yeni dönemde farklı çalışmalar yapmaya devam edecek. Hazırlanan çalışmalar okurlarımızla buluşmayı hasretle bekliyor. Umarız yeniliklerimiz beğeninizi kazanır.



Bir süredir test yayınında olan yeni portalımız, gelen istekler doğrultusunda yeniden dizayn edildi.

Serhat Şeftali | s.seftali@zaman.com.tr

Kimdir?

Bir Hıristiyan Rum genci idi; ancak Mevlânâ'nın şiirleriyle İslam'la şereflendi. Hem kendi yandı, hem de gönülleri yaktı.

Güçlü bir şair ve gönül ehlidir. 1888'de Kayseri/Talas'ta doğdu. Ortodoks mezhebinden bir Rum genci idi. Lise üçüncü sınıfta, Farsça dersinde Mevlânâ'nın şiirleri ve manevi dünyası ile tanıştı. O'na (ks) derin bir aşkla bağlandı. İstanbul'da Galata Mevlevihanesi'ne devam etti, Ahmet Celalettin Efendi'nin Mesnevi derslerinden ve Kayserili Ahmet Remzi (Akyürek) dedenin sohbetlerinden istifade etti. 1942 yılında İslamiyet'i kabul etti, adını değiştirdi. Eski çevresi, hatta ailesi ve çocukları onu reddetti. İsim olarak öldükten sonra bile hayırla yâd edilmesini sağlayan lakabını Ahmet Remzi Dede vermiştir. "Yanan Kalbe Devasın Sen" isimli naatıyla gönüllerde taht kurdu, Hak aşığı Müslümanları içli ifadeleriyle yıllarca gözyaşlarına boğdu. 3 Mayıs 1962'de vefat etti. Kimdir bu Resulullah (sas) aşığı, Müslüman Rum vatandaşımız?

Efendimiz'in duası

Hz. Ali (radıyallahu anh) rivayet ediyor. Resulullah (aleyhissalatü vesselam) bir hastaya geldiği veya kendisine bir hasta getirildiği zaman şu duayı okurdu: "Ey insanların Rabbi, acıyı gider, şifa ver, sen Şâfîsin. Senin şifandan başka şifa yoktur. Senden hiçbir hastalığı hariç tutmayan şifa istiyoruz." (Tirmizi, Daavat 122, (3560)



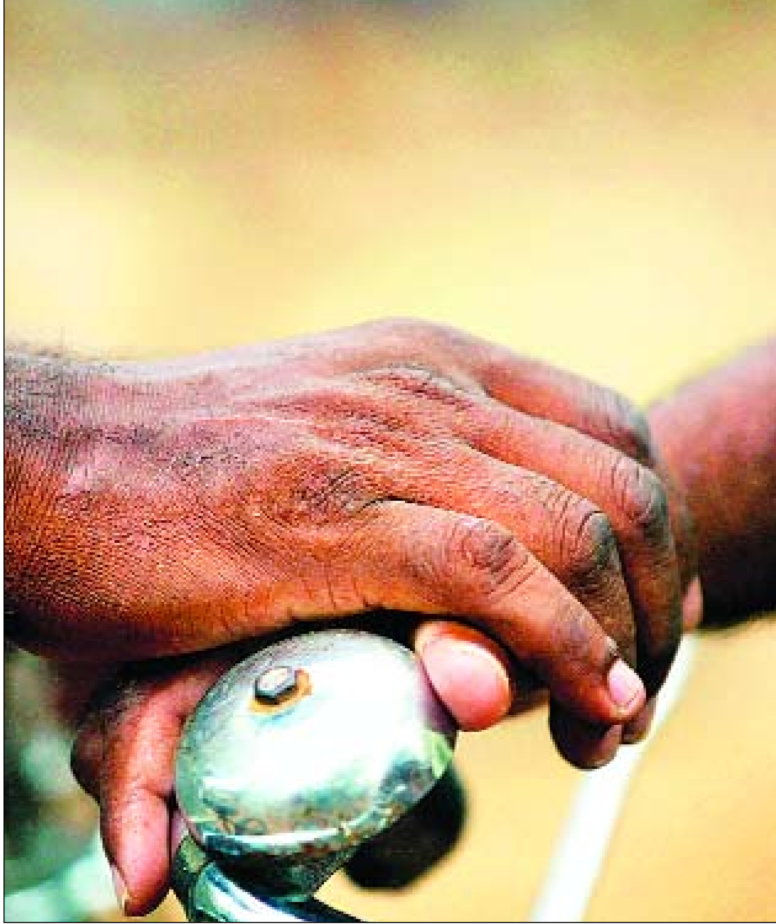
FOTOĞRAF: CİHAN

Medine'deki ilk bebek

Hicreti müteakiben Medîne'de dünyaya gelen ilk bebek Abdullah ibn-i Zübeyr'dir. (ra) Onun doğumu Muhâcirleri çok sevindirir, "Biz onlara büyü yaptık, bundan böyle çocukları olmayacak." diyen bazı hahamların yüzü kızarır. Annesi (Hazreti Ebû Bekir'in kızı) Esma (r.anha) çocuğu doğruca Efendimiz'e götürür. Efendimiz (sas), adını "Abdullah", künyesini de "Ebû Bekir" koyarlar. Minik Abdullah'ın babası dünyadayken cennetle müjdelenen on sahabiden biri olan Zübeyr bin Avvam'dır.


Dicle
giyim
www.diclegiyim.com

FOTOĞRAF: REUTERS



Kötülüğü engellemek

Bilindiği gibi tebliğ, iyiliği emretmek ve kötülükten men etmektir. Eğer bu görevi yerine getiren bir topluluk yoksa bundan bütün Müslümanlar mesuldürler. Âl-i İmran ayeti bunu ikaz eder: "Ve içinizden hayra çağıran, iyiliği emreden ve kötülükten men eden bir cemaat bulunsun. İşte onlar kurtuluşa ve saadete erenlerdir. (Âl-i İmran-104).

Unutulmamalıdır ki; insanın bu görevi yerine getirmesi için mükemmel biri olması gerekmez. Kişi sosyal konumu neyi gerektiriyorsa, o tepkiyi vermelidir. Kişinin müdahalesi işi engelleyici değil de işi daha da dallandırıp budaklandıracaksa faydası yoktur. Kişi aile reisi ya da her anlamda yönetici ve idare edici konumdaysa ve sessiz kalıyorsa vebali daha da artar. Sözü dinlenen durumda olan bir kişinin önünde caiz olmayan bir iş yapılıyorsa o kötülüğü durdurmak o kişi üzerine vaciptir.

Cevap

Yaman Dede

Sorumuzun cevabı Mehmet Abdülkadir Keçeoğlu, yani Yaman Dede'dir. İşte onun dilden dile dolaşan kasidesi.

"Yanan Kalbe
Devasın Sen"

Gönül hûn oldu şevkinden
boyandım yâ Resûlallâh
Nasıl bilmem bu nîrâna
dayandım yâ Resûlallâh
Ezel bezminde bir dinmez
figândım yâ Resûlallâh
Cemâlinle ferah-nâk et ki
yandım yâ Resûlallâh

Yanan kalbe devâsın sen,
bulunmaz bir şifâsın sen
Muazzam bir sehâsın sen,
dilersen reh-nümâsın sen
Habîb-i Kibriyâsın sen,
Muhammed Mustafâ'sın sen
Cemâlinle ferah-nâk et ki
yandım yâ Resûlallâh

Gül açmaz, çağlayan akmaz, İlâhî nûrun olmazsa
Söner âlem, nefes kalmaz,
felek manzûrun olmazsa
Firâk ağlar, visâl ağlar, ezel
mestûrun olmazsa
Cemâlinle ferah-nâk et ki
yandım yâ Resûlallâh

Boynu büktüm, perîşânım,
bu derdin sende tedbîri
Lebim kavruldu âteşden
döner pâyinde tezkîri
Ne dem gönlüm murâd eylerse taltîf eyle Kıtmîr'i
Cemâlinle ferah-nâk et ki
yandım yâ Resûlallâh

Huzur ailede başlar

■ **ALİ DEMİREL**

İslâm nazarında, aile saâdeti, dünyevî mutluluk ve saâdetlerin en büyüğüdür. Aile yuvası ise müminin küçük bir cennetidir. Bu derece yüksek olan aile saâdetini elde etmenin yolu, aile fertlerinin birbirlerine karşı samimi sevgi, ciddi saygı, tam bir bağlılık, karşılıklı güven ve emniyet duyguları içinde olmalarına bağlı. Bu konuda, evin reisi olan kocaya büyük görevler düşüyor. O, hanımını, çocuklarını hoş tutmalı, onlara sert ve haşin davranışlardan kaçınmalı, aile dışında karşılaştığı olayların sıkıntısını eve taşımamalı ve hele başkalarına olan kızgınlığının acısını evdekilerden çıkarmaya asla kalkışmamalıdır.

Peygamber Efendimiz (sallâhu aleyhi ve sellem), bir gün: "İnsanların en kötüsü, ailesine (hanımına, çocuklarına) sıkıntı verendir." buyurur. Ashab-ı kiram hazretleri sorar: "Aileye sıkıntı vermek, nasıl olur Ya Rasulalah?"

Peygamber'imiz cevaben şöyle buyurur: "Kişi, eve geldiğinde, hanımı ürperir, çocuğu ise korkarak ondan kaçar."

Evin hanımı sabırlı olmalı, eşinin meşru dairedeki isteklerine cevap vermelidir. Bakınız Allah Rasulü bir hadislerinde hayırlı bir kadını nasıl anlatıyor: "Kadınların en hayırlısı, kocası ona baktığı zaman yüzü sevinç ve huzurla dolar, bir şey söylediğinde onu yerine getirir. Namusunda ve malında, kocasının hoşlanmayacağı bir harekette de bulunmaz."

İşte Yusuf Ömeroğlu'nun hazırladığı, takdimini Ahmet Kurucan'ın yaptığı "Huzur Ailede Başlar" isimli kitapta, huzurlu bir ailenin yaşam anahtarı ve huzurlu yaşam örnekleri kısa ve öz ifadelerle, Kur'anî ve nebevî prensiplerle anlatılıyor. Ayrıca kitapta ele alınan konular okuyucuyu sıkmayacak bir şekilde, öz, kısa ve anlaşılır bir dille kaleme alınmış.



Huzur
Ailede Başlar
Yusuf Ömeroğlu
Gül Yurdu Yay.
Tel: 0(216) 318 42 88

Keşkül, sufî geleneğin dergisi

Üç ayda bir çıkan sufi gelenek ve hayat dergisi Keşkül'ün 5. sayısında "Hayat nedir?" sorusuna cevap aranıyor. Derginin daha ilk sayfasındaki editör yazısında "Gerçek hayat ariflerin hayatıdır" denilerek bu sorunun cevabı verilmiş oluyor aslında. Süleyman Uludağ hayatın anlamını ve önemini, Selim Çakıroğlu hayat sahibini anlatarak sorunun cevabına katkıda bulunuyor. Mustafa Kara da tasavvufun sosyal hayatın neresinde olduğunu sorguladığı yazısında, tasavvufun hayatı ve insanı kucaklayan bir meydan olduğunu anlatıyor. (Tel: 0212 533 98 34)



Hazırlayan: ALİ DEMİREL

Neden iman?

Günümüz insanının en büyük problemi, rûhî tatminsizlik. Devamlı surette bedeninin ihtiyaçlarını gideren ve ruhi yapısını ihmal eden insanoğlu, içindeki bu boşluğu doldurabilmek için akla gelmedik sapıklıklara başvurabiliyor ve en sonunda bu tatminsizlik onu intihara kadar sürükleyebiliyor. Halbuki insanın içindeki bu boşluğu dolduracak olan tek iksir imandır. İmanla insan doygunluğa erişir ve rıza makamına, yani Allah'ın razı olacağı bir kulluk performansına yükseldiği müddetçe de en derin mutluluk ve tarifi imkansız hazları iç dünyasında yaşar.

İmansızlık ise bütün faziletleri sıfırlayacak kadar korkunç bir cinayet ve bütün varlığa karşı hakaret tavrının adıdır. İnsan, bazen kendi özünden varlığın derinliklerine yollar bulmak ve bazen de varlıktan değişik kesitler alıp özünde değerlendirerek iman ve düşünce dünyasını inşa etmekle sorumlu tutulmuştur. Bu sayıdan itibaren Ali Demirel arkadaşımızın uzun çalışmalar sonucu hazırladığı iman odaklı ayrıntılı ve anlaşılır çalışmalarını bulacaksınız.

AİLEM


FOTOĞRAF: AFP

İman nedir?

İmanın kelime manası, bir şeye tereddüt etmeden inanmak, güven vaat etmek başkalarının emniyetini temin etmek, ya da "emin, güvenilir ve sağlam" olmak demektir. Dinî manada ise, Allah'ın varlığına ve birliğine, Efendimiz Hz. Muhammed'in (sas) peygamber olduğuna, vahiyle Allah'tan alıp bize bildirdiği her şeyin hak ve doğru olduğuna hiç şüphe etmeden tereddütsüz inanmak ve kabul etmektir.

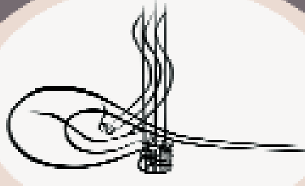
İcmâlî iman

Peygamber Efendimiz'in Rabb'imizden vahiyle alıp tebliğ ettiği şeylerin hepsine birden detaylara inmeden topluca inanmaktır. Yani bir insan, mânâsını bilerek ve inanarak "Lâ ilâhe illallah Muhammedün Rasulullah" deyip kelime-i tevhidi söylerse icmâlî olarak iman etmiş olur. Bu şekildeki bir iman, imanın ilk derecesi ve İslam'ın ilk temel direğidir. Burada hemen şunu ifade edelim ki, bir insanın mümin sayılabilmesi için icmâlî iman yeterli olmakla birlikte, İslam'ın diğer hükümlerini ve esaslarını teker teker öğrenmesi zorunludur.

Tafsilî iman

Peygamberimizin Cenab-ı Hak'tan alarak tebliğ ettiği esasların her birini, "açık ve geniş bir şekilde, delilleriyle" bilip iman etmektir. Yani altı iman esasını; namaz, oruç, hac ve zekat gibi yapmakla mükellef olduğumuz ibadetleri; içki, kumar ve adam öldürmek gibi yapılmaması gereken şeyleri bilip tasdik etmektir. Bir Müslüman'ın farzı farz, haramı haram bilerek öğrenmesi, kabullenmesi ve hayatına yansıtması gerekir.

Müslüman olmayan bir kimse, icmâlî iman ile İslam'a girmiş olur. Bu iman üzere ölen bir insan, neticede cennete girer. Ancak tafsilî iman ile Müslüman'ın imanı yücelir, olgunlaşır ve sağlam temeller üzerine oturur.



Yahya Efendi'den Kânûnî'ye:

Neme lâzım be Sultânım!

Kanuni Sultan Süleyman, en yüksek duruma getirmiş olduğu devletin akıbetini hayal eder, günün birinde 'Osmanoğulları da inişe geçer çökmeye yüz tutar mı' diye derin derin düşünmeye başlar... Bu gibi soruları çoğu zaman süt kardeşi meşhur alim Yahya Efendi'ye sorduğundan bunu da sormaya niyet eder. Güzel bir hatla yazdığı mektubu keşfine inandığı Yahya Efendi'ye gönderir...

- Sen İlahi sırlara vakıfsın. Kerem eyle de bizi aydınlat. Bir devlet hangi halde çöker? Osmanoğulları'nın akıbeti nasıl olur? Bir gün olurda izmihlale uğrar mı?" şeklinde mektubunu gönderir. Güzel bir hatla yazılmış mektubu okuyan Yahya Efendi'nin cevabı bir bakıma çok kısa bir bakıma içinden çıkılmaz bir hal alır:

- Neme lazım be Sultan'ım!

Topkapı Sarayı'nda bu cevabı hayretle okuyan Sultan, bir mana veremez. Yahya efendi gibi bir zatın böylesine basit bir cevapla işi geçiştireceğini pek düşünmez. Söylenmeye başlar: "Acaba bilmediğimiz bir mana mı vardır bu cevapta?" Nihayet kalkar, Yahya Efendi'nin Beşiktaş'taki dergahına gelir. Sitem dolu sorusunu tekrar sorar:

- Ağabey ne olur mektubuma cevap ver. Bizi geçiştirme, soruyu ciddiye al!

- Sultan'ım sizin sorunuzu ciddiye almamak kabil mi? Ben sorunuzun üzerine iyice düşündüm ve kanaatimi de açıkça arz etmiştim.

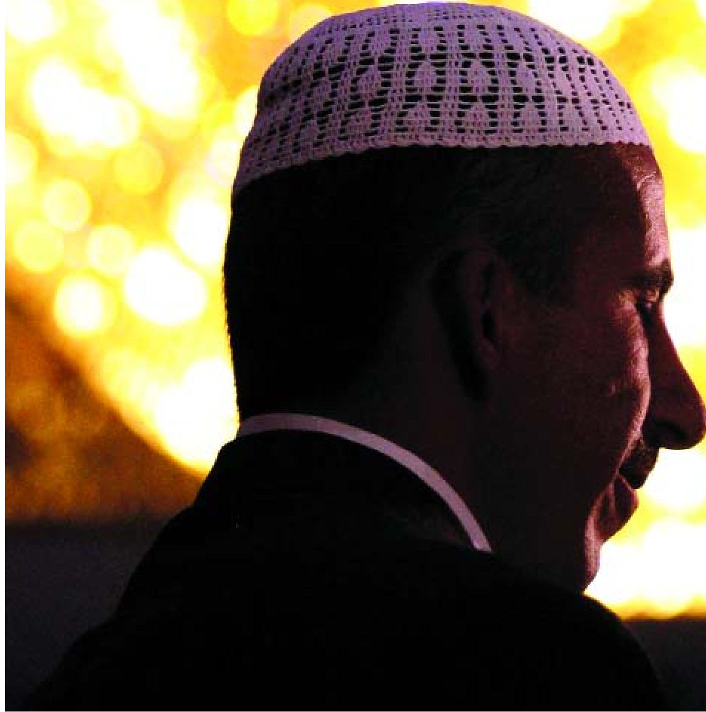
- İyi ama bu cevaptan bir şey anlamadım. Sadece 'neme lazım be Sultan'ım' demişsiniz. Sanki beni böyle işlere karıştırma der gibi bir anlam çıkarıyorum.

- Sultan'ım! Bir devlette zulüm yayılsa, haksızlık şayi olsa, işitenler de 'neme lazım' deyip uzaklaşsalar, sonra koyunları kurtlar değil de çobanlar yese, bilenler bunu söylemeyip sussa. Fakirlerin, muhtaçların, yoksulların, kimsesizlerin, feryadı göklere çıksa da bunu da taşlardan başkası işitmese, işte o zaman devletin sonu görünür. Böyle durumlardan sonra devletin hazinesi boşalır, halkın itimat ve hürmeti sarsılır. Asayişe itaat hissi gider, halkta hürmet duygusu yok olur. Çöküş ve izmihlal de böylece mukadder hale gelir...

Bunları dinlerken ağlamaya başlayan koca sultan, söyleneni başını sallayarak tasdik eder, sonra da kendisini böyle ikaz eden bir âlime memleketinin sahip olduğu için Allah'a şükreder.

İLLÜSTRASYON: ABDÜLKERİM KESKİN

HİÇ İTİKAFA GİRMEDİNİZ Mİ?



İtikâf, günlük meşgaleler içinde boğulup kalan insanların, kalplerini ve bedenlerini İlahî nurla yıkayabilecekleri bir ibadettir.

■ ENİS AYDIN

İtikaf, Ramazan'ın son on gününü camide veya başka bir ibadet mahallinde inzivaya çekilerek devamlı ibadetle meşgul olmak demektir. Peki diyeceksiniz ki, herkes nasıl vakit ve imkan bulup da itikafa girebilir? Hem de 10 gün. Evet, bazı kıymetli insanlar Kadir Gecesi'ni "yakalamak", ümmet-i Muhammed için o süreyi dualar ve tövbelerle geçirmektedir. Peki herkes bunu nasıl yapabilir? Kolaylık ve rahmet dini olan İslam, gönlünde itikaf sevgisi olan her Müslüman için cüz'i de olsa itikaf sevabı kazanmasına imkan sağlıyor. İtikaf, cuma namazı kılınan bir mescitte ibadet kasdıyla "belli bir süre" bulunmak demektir. Vacip, sünnet ve müstehap olmak üzere üç tür itikaf vardır. Vacip olanı, adak yoluyla olanıdır. Sünnet olanı Ramazan'ın son on gününde yapılanıdır. Müstehap olanı ise cuma namazı kılınan bir camide itikaf niyetiyle en az "Sübhanallah" diyecek zamandan biraz daha fazla bulunmaktır. Durum böyle olunca velev "birkaç dakikalığına" da olsa itikafa girme ve sevabına nail olma şansımız var. Yeter ki, camiye girerken (Allah rızası için itikafa niyet ettim.) diyelim.

Hanımlar evlerinde itikaf yapabilir

Hanımlar ise evlerinde mescit hükmüne koydukları bir oda veya bölmede itikafa girebilirler. Hadis kaynaklarında Allah Resulü'nün hicretten sonra her yıl Ramazan'ın son on gününde itikafa çekildiği ve hanımlarını da teşvik ettiği belirtilir: "Ramazan'ın son on günü girince, Resulullah geceleri ibadetle geçirirdi. Ailesini de ibadet etmeleri için uyandırırdı. İbadet için diğer zamanlardan daha fazla gayret gösterirdi." (Buhari, İtikaf, 1, 6; Müslim, İtikaf, 2, 7; Tirmizi, Savm, 71)

Ramazan'da yapılan itikaf, orucun fayda ve maksatlarını tamamlayıcı ve oruçlu kimsenin, kendini toparlayıp nefsini teskin edememesi, kalbi ve kafasıyla Allah'a yönelememesi gibi hususları telafi edici bir ibadettir. Zaten onun aslı, Allah'a koşmak, O'nun eşiğine yüz sürmek ve her şeyden yüz çevirip O'nun rahmetinin kucağına atılmak manası taşır. O bu manaları taşıdığından dolayıdır ki Efendimiz (sas) hep Ramazan'ın son on gününde itikafa girmiş, O'ndan sonra gelen Müslümanlar da aynı vakti gözeterek onu eda etmeye çalışmışlardır. Böylece bu ibadet de, Ramazan ayının bir şiarı ve sürekli yapılan sünnetlerinden biri olmuştur. Kur'an'ın ifadesiyle bin aydan daha hayırlı olan Kadir Gecesi'nin de Ramazan'ın son on günü içinde gizli olması itikafın önemini daha da artırmaktadır. Her ne kadar bu güzel âdet, son yıllarda unutulmaya yüz tutsa da öteden beri müminler tarafından uygulanmış, her beldede mutlaka birkaç kişi camilerde itikafa girmişlerdir. Bir mana büyüğü itikaf yapan kişiyi şöyle resmetmektedir: "İtikaf yapan, ihtiyacından dolayı büyük bir zâtın kapısında oturup dilediğini elde etmedikçe 'Buradan ayrılıp gitmem.' diye yalvaran bir kimseye benzer ki, Allah'ın bir mabedine sokulmuş, 'Beni bağışlamadıkça buradan gitmem.' demektedir."

Her Ramazan itikafa girerdi

Hz. Aişe (r. anhâ) anlatıyor: "Resûlullah (sas) vefat edinceye kadar Ramazan'ın son on gününde itikafa girer ve derdi ki: "Kadir Gecesi'ni son on günde arayın." (Buhârî, Fadlu Leyle-i Kadr 3, İtikâf 1, 14)
Ebu Hüreyre (ra) anlatıyor: "Hz. Peygamber (aleyhissalâtü vesselâm) her Ramazan'da on gün itikafa girerdi. Vefat ettiği yılda ise yirmi gün i'tikafa girdi." (Buhârî, İ'tikaf 17; Ebu Dâvud, Savm 78)



FOTOĞRAF: ONUR ÇOBAN

Namaz için bir camiye girdiğimizde bile "Allah rızası için itikafa niyet ettim." desek, içeride bulunduğumuz süre bizim için itikaf sevabı olarak yazılır.

Ramazan hep "hoş" gelir. Mühim olan bizim onu hoş karşılayabilmemiz, o bir ay sonra bizi bırakıp giderken elimizin boş kalmayışıdır. Hâlâ vaktimiz var, Ramazan'ımız boş geçmesin.

■ **PROF. DR. ABDÜLHAKİM YÜCE**

FOTOĞRAF: AA

Camide huzur

maddî ve manevî temizlikten geçer

Camileri dolduran inananlar, zaman zaman temizliğe dikkat edilmeyişinden, hoş olmayan kokulardan ve sahipsiz çocukların gürültüsünden şikâyet ederler. Ruhen temizlenmek üzere mescitlerde bir araya gelen Müslümanların bedenen birbirlerini rahatsız etmemeleri icap ettiği gibi, göze hoş görünen, sade ve temiz elbiselerle birbirlerini karşılamaları da adeta bir kul hakkı gibi görünmektedir. Rabb'imiz şöyle yol gösteriyor: "Ey âdemoğulları! Her mescide (gidişinizde) süslü elbiselerinizi üzerinize alın." (A'raf, 7/31) İbn Kesir, bu ayeti tefsir ederken cuma ve bayram namazları başta olmak üzere her namazda temiz olunması gerektiğini ifade eder ve misvakın (diş ve ağız temizliğinin) bu işi tamamladığını kaydeder. Öyle ise ne elbisemiz, ne çorap kokumuz ne de ağız kokumuzla kimseyi rahatsız etme hakkımız bulunmamaktadır.

Hayatın çarkları arasında ezilen insanın günde beş defa uğradığı caminin; işyerinden, sokaktan, çarşıdan, hatta evimizden farklı olması gerekir; ta ki, Allah'ın huzuruna huzurla çıkılsın ve huşû ile ibadet edilsin. Gürültünün, pis kokuların ve çevre kirliliğinin ciddi problemler olduğu günümüzde camiler adeta birer nefes alma yeri, filtre görevi yapmaktadır. Günde beş defa yarımşar saatini çok sakin ve temiz bir yerde geçiren insan dinçleşir, sinirleri gevşer ve huzur bulur.

Büyük sevaplar kazandıran 'mescit imarı'nın da konumuzla ilgisi bulunmaktadır. Elmalılı, şu ifadelerle bizi aydınlatıyor: "Bir mescidin imarı iki yönün bir araya gelmesi ile olur: Birisi maddî imardır ki, inşası, tamiratı, temizliği, mefruşatı, aydınlatılması ve bunların sürekliliğini sağlamaya yöneliktir. Diğeri ise manevî imardır ki, içinde Allah için ibadet, zikir, ilim tahsili gibi taat ve faziletlerin yapılması ve bunların sürdürülmesine yönelik çeşitli işlerdir. Böylece mescit başka işlerde kullanılmaktan korunmuş olur.

Bir mescit içinde dünya işlerine ait söz söylemek bile onun manevî imarını ihlal etmektedir.” Öyle ise hem camilere koşmaktan geri kalınmamalı hem de cami adabına riayet edilmelidir.

Sayılan hususların her birisi için hadisler zikretmek mümkündür. Hz. Peygamber (sas) bir gün şöyle buyurdu: “Kim sarımsak yerse (ikinci gün soğan ve pırasayı da ekledi) bizim mescidimize yaklaşmasın. Çünkü insanları rahatsız eden şey melekleri de rahatsız eder.” Müslim’in rivayetinde, “kokusu gidinceye dek”, “veya onu pişirerek öldürsün” ilavesi de vardır. Başka bir hadiste ise şunları görüyoruz: “Kim camiden herhangi bir çöp (rahatsız edici şey) çıkarırsa Allah ona cennette bir ev yapar.”

Camide nelere dikkat etmeli?

- Camide yitik aranmaz.
- Yüksek sesle konuşulmaz.
- Dünya işleri dile getirilmez.
- Alışveriş yapılmaz.
- Dilenilmez.
- Pis kokularla girilmez vs.

İFFET DUYGUSU

Hâyâ ya da iffet duygusu imanın cüzlerinden birini oluşturur. İman binası hayâ üzerine kuruludur. Hayâsı, iffeti olmayan bir kimsenin imanının sağlamlığından söz etmek mümkün değildir.

■ ÜMİT AKBAŞ

"İffet"imizi nasıl koruyabiliriz?

"İffet"; çirkin söz ve fiillerden uzak kalma, hayâ ve edep dairesinde bulunma, doğruluk, dürüstlük ve ahlâkî değerlere bağlılık üzere yaşama demektir. Aslı Arapça olan bu kelime, namuslu, şerefli ve ahlâklı olma halini ifade edecek şekilde dilimize de geçmiştir. Özellikle eski nesir ve nazımlarda, izzet ve haysiyetiyle yaşayan, çalıp çırpmayan, haramlardan sakınan ve namusunu koruma mevzuunda fevkalâde hassas davranan kimseler hakkında "afîf" tabiri kullanılagelmiştir.

İslâm alimleri insanda üç temel duygunun bulunduğunu söylemiş; belli ölçüde de olsa hakikatleri görüp, fayda ya da zarar getirecek şeyleri birbirinden ayırma melekesine "kuvve-i akliye"; kin, hiddet, kızgınlık ve atılganlık gibi hislerin kaynağı sayılan güce "kuvve-i gadabiye"; arzu, iştiha ve cismânî hazların menşei kabul edilen duyguya da "kuvve-i şeheviye" demişlerdir. Kuvve-i şeheviye'nin, hayâ hissinden tamamen sıyrılarak her türlü cürmü işleyecek kadar kayıtsız kalma şeklindeki ifrat hâlini "fısk u fücûr"; helal nimet ve lezzetlere karşı dahi hissiz ve hareketsiz kalma durumunu da "humûd" olarak isimlendirmişlerdir. Bu açıdan istikamet üzere bulunarak, meşru dairedeki zevk ve lezzetlere karşı istekli davranmanın yanı sıra, gayri meşru arzu ve iştihalara şuurlu olarak kapalı kalma tavrını ise "iffet" kelimesiyle ifade etmişlerdir.

FOTOĞRAF: TURGUT ENGİN



İffet ve haya duygusu bir mü'minin her ânını kapsamaktadır.

Meşru daire kâfidir

İnsanın alın teriyle kazandığına razı olması, başkasının malına göz dikmemesi, hırsla gayri meşru daireye el uzatmaması ve dilencilik yapmaması da iffetin ayrı bir yanıdır. Evet, insan gerekirse inşaatlarda taş kırmalı, hamallık yapmalı ama asla iffetinden taviz vermemelidir.

Efendimiz'in duası

Rasûl-ü Ekrem Efendimiz'in (aleyhi ekmelü't-tehayâ) sabah-akşam tekrar ettiği dualardan biri, "Allah'ım! Senden hidayet, takva, iffet ve gönül zenginliğiyle beraber başkalarına muhtaç olmayacak kadar rızk istiyorum." niyazıdır.

Meslek ahlakı olarak iffet

Kişinin bir makamkarşısında hemen ileri atılmaması, hevesleriyle hareket etmemesi, o işe liyakat sahibi olup olmadığını iyi değerlendirebilecek kimselerin kanaatlerine hürmet etmesi, gerekiyorsa müstağni davranması ve bir başkasını o işe teklif etmesi iffetin çerçevesine dahildir. Görev verildiğinde de artık gereğini yapmalıdır.

Harama yaklaşmayalım

Efendimiz (sas), "Kim Allah'a ve ahiret gününe inanıyorsa, kendine helal olmayan ve yanında mahremi bulunmayan bir kadınla baş başa kalmasın. Zira, onların üçüncüleri şeytan olur." buyurmakta ve günah yollarını daha baştan kapamamız ikazında bulunmaktadır.


FOTOĞRAF: KÜRŞAT BAYHAN

Hepimize büyük iş düşüyor

Kur'an-ı Kerim, iman edenlerin iffetli, hayâlı ve edep yerlerini koruyan insanlar olduklarını nazara vermiş (Mü'minûn, 23/5-7); iffetli yaşamanın mükafatı olarak Allah'ın mağfiretini ve ahiret sürprizlerini müjdelemiş (Ahzâb, 33/35); konunun önemine binaen kadınları ve erkekleri ayrı ayrı zikrederek bütün mü'minlere iffetli olmalarını ve iffetsizlik için bir giriş kapısı sayılan haram nazardan kaçınmalarını emir buyurmuştur (Nur, 24/30-31). Ayrıca, Hazreti Yusuf ve Hazreti Meryem gibi iffet abidelerini misal vererek inananlara hayâ ve ismet ufkunu göstermiştir.

Hazreti Yusuf aleyhisselam, vezirin hanımından gelen bir günah çağrısı karşısında "Ya Rabbî! Bu kadınların beni dâvet ettikleri o işten zindan daha iyidir." (Yusuf, 12/33) diyerek, iffetine toz kondurmaktansa senelerce hapiste yatmayı göze almış ve kıyamete kadar gelecek olan bütün ehl-i imana bir hayâ timsali olmuştur.

Cenâb-ı Allah'ın, "İffet ve namusunu gerektiği gibi koruyan Meryem'i de an. Biz ona rûhumuzdan üfledik, hem onu, hem oğlunu cümle âlem için bir ibret yaptık." (Enbiya, 21/91) diyerek yücelttiği Hazreti Meryem de bütün insanlık için tam bir iffet örneğidir.

Zekanın önemli kısmının genetik olduğu belirtiliyor. Bir çocuğun zeki olması her zaman kolay öğrenebileceği anlamına gelmiyor. Zeki çocuklar da öğrenme ve algılama güçlükleri yaşayabiliyor.

ŞEMSİNUR ÖZDEMİR

ZEKİ ÇOCUKLAR DA ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ YAŞIYOR

Her anne baba çocuğunun çok zeki olmasını ister, hatta öyle olduğunu düşünür. Bebeklikten itibaren yaptığı her şey gözüne çok büyük başarı gibi görünebilir. Ancak dikkatli anne babalar çok zeki gibi görünen çocuklarında bir şeylerin eksik olduğunu hissedebilir. Çocuğun geç konuşması, geç yürümesi, fiziksel motor hareketlerini yaşına göre tam yapamaması, bazen dalgınlaşması, özellikle okula başladıktan sonra okumayı normalden geç sökmesi, kelimeleri tersten okuması gibi birçok şey aslında bir yerlerde sorun olduğunu gösterir. Bu tür belirtiler görülen çocuk, zeki olmasına rağmen öğrenme güçlüğü yaşıyor demektir. Öğrenme güçlüğü Türkiye'de yüzde 9 gibi yüksek bir oranda görülüyor. Yani Türkiye'de ilkokula giden her yüz çocuktan 9'unda öğrenme güçlüğü sorunu var. Bunun çok yüksek bir rakam olduğunu belirten Prof. Dr. Adnan Yüksel, bu durumun Türkiye'nin en büyük problemi olduğunu söylüyor. İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Genetik Anabilim Dalı Öğretim Üyesi ve Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı ve Çocuk Nörolojisi Uzmanı Prof. Dr. Adnan Yüksel, öğrenme güçlüğünün sebeplerini, korunma yollarını ve tedavisinin nasıl yapılacağını anlattı.

Zekayı "alışılagelmemiş olayları çözme yeteneği" şeklinde tanımlayan Prof. Adnan Yüksel, zekanın dikkat, anlama, iletişim, davranış, bellek, zaman-mekan oryantasyonu ve entelektüel fonksiyonların bir bileşimi olarak ortaya çıktığını belirtiyor.

Zeka geriliği ile karıştırılmamalı

Öğrenme güçlüğünün zeka geriliği ile karıştırılmaması gerektiğine dikkat çeken Prof. Dr. Adnan Yüksel, bu sorunu yaşayan çocukların çok zeki olduklarını; ancak zekayı oluşturan bileşenlerden sadece entelektüel fonksiyonlarda bozukluk yaşadıklarını vurguluyor. Yüksel'in verdiği bilgilere göre, entelektüel fonksiyon okuma, yazma ve aritmetik hesaplamadan oluşuyor. Çocuğun entelektüel fonksiyonunun geri olduğu şu üç belirtiden anlaşılıyor:

1. Çocuk yaşına göre geri olur. Takvim yaşı 5 ise 5 yaşındaki çocuktan beklenen zekaya göre okuması yazması ve aritmetik hesabı geri olur.

2. Kendi akranlarına göre geri olur.

3. Çocuğun kapasitesi ile performansı arasında farklılık vardır. Aslında kapasitesi çok iyidir; ama performansı azdır.



Prof. Dr. Adnan Yüksel'in anne-babalara tavsiyesi: Çocuklarınızla devamlı konuşun, oyunlar oynayın

İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Genetik Anabilim Dalı Öğretim Üyesi ve Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı ve Çocuk Nörolojisi Uzmanı Prof. Dr. Adnan Yüksel, çocukların beynini kullanmasının çok önemli olduğunu söyledi. Adnan Yüksel'in anne-babalara önemli tavsiyesi; Çocukla devamlı konuşun. İlgi gösterin. 1 aylık bile olsa boş boş bakmasın, karşısına geçip oyun yapın. Çocuğu devamlı canlı renkli, ses çıkaran legolarla oynatın.

Okul öncesi dönemde belirtileri

Okula başlayan çocukta öğrenme güçlüğü daha kolay anlaşılıyor; ama bu yaş eğitim için geç bir dönem. O yüzden anne babaların çocuklarını iyi gözlemleyip sorunu erken yaşta fark etmeleri tedavi şansını artırıyor. Peki, okulöncesi dönemde okuma-yazma ve matematik eğitimi alınmadığına göre bozukluk nasıl anlaşılacak?

1- Konuşma gecikmesi:

Her konuşma gecikmesi öğrenme güçlüğü değil; ama önemli bir bölümünde öğrenme güçlüğü gelişebiliyor.

2- Yaşıtlarına göre performansının iyi olmaması:

Bu fiziksel olabilir. Biraz sakardır. Bir şey taşıyacağı zaman düşürür. Normal bir çocuk iki aylıkken başını tutar, 6 ayda oturur, 7-8 aylıkken döner, 9 aylıkken emekler, 1 yaşında yürür. Bunlar biraz gecikebilir.

3- Anne babalar düşünerek değerlendirdiği zaman birtakım şeylerinin eksik olduğunu hisseder:

Çocuk soru sorulunca hemen cevap vermez. Diğer çocuklara göre çekingendir.

Okul dönemindeki belirtileri

1 Her çocuk, 1. sınıfın ilk üç ayında genellikle okumayı söker. Öğrenme güçlüğü olan çocuk hemen sökemez. Sene sonuna doğru ancak sökebilir. Okusa bile kelime atlar veya kelime ekler. Veya sesin vurgusunu ayarlayamaz. Yazamaz, yazarken harf hatası yapar. e'leri i yazar, düzensiz yazar, bitişik yazar. Harf atlar, 'ev' yerine 've' yazması çok tipik bir belirtidir. 'Hilal' yerine 'ilal' okur. Satır atlar.

2 Okurken ters okur. Ayna yansıması gibi 'ali' yerine 'ila', 'tarık' yerine 'kırat' okur. Çocuk uzayla ilgili şeylerden konuşurken anne baba çok zeki olduğunu düşünür; ama bir türlü iki kere iki dört dedirtemez. Pratik olarak söyleyemez. Bir türlü çarpım tablosunu ezberleyemez. 3. sınıfın sonunda her çocuk bunu öğrenmiş olmalı. Günleri, ayları, mevsimleri sırayla sayamaz. Tarih okurken 2005 yerine 2004 okur.

3 Yönelim bozukluğu vardır. Sağını solunu karıştırır. Kuzey yerine güneyi gösterir. Araba kullanırken sağa döneceğine şaşırır, sola döner.

4 Sakardır. Düğme ilikleyemez. İpi iğneye geçiremez. Bisiklet sürerken çok iyi değildir. İnce motor ve kaba motor hareketleri geridir.

5 Bellekleri de iyi değildir. Biraz önce dinlediğini unutabilir. Bu çocuklar evde yapacağı dersi unutur. Ödev yaptıramazsınız. Konsantrasyon bozukluğu vardır. Çantasını okulda unutur, atkısını kaybeder. Yatağını düzeltmez. Düzensizdir; ama cin gibidir.

Öğrenme güçlüğünün düzeltilmesi için normal okul eğitimi yetmez. 8 yaşına kadar bu belirtiler azalır ve sonra kaybolur; ama bozukluk tedavi edilmezse ömür boyu devam eder. Profesör de olsa okurken satır atlamaya devam eder.



Çocuk, belki de öğrenebileceği halde istemediği için ilgisiz davranmaktadır. Eğer öğrenme güçlüğü varsa bile iyi bir eğitimle belli noktalara ulaşmak mümkündür.



FOTOĞRAFLAR: MEHMET DEMİRCİ



Çocuk genetik olarak anne babasından ne kadar etkilenir?

Annede öğrenme güçlüğü varsa çocukta da yüzde 25 olacak diye kesin bir şey yok. Olma ihtimali genel orandan biraz daha yüksek. Öğrenme güçlüğünün 1. derece akrabalara geçme ihtimali yüksek. 2. derece akraba olunca, dedede olan hastalık oğluna geçmemişse torununa da geçme ihtimali çok az. Ama oğluna geçme ihtimali fazla.

Öğrenme güçlüğünde çocuğun düşüp başını vurması çok etkilidir

Bir çocuğun öğrenme güçlüğü yaşamasında, doğumda oksijensiz kalması, annenin bebeği küçük doğurması, beslenme yetersizliği, çocuğun enfeksiyon geçirmesi, çocuğun metabolik bir hastalığının olması, ailede birtakım risk faktörlerinin olması gibi sebepler etkilidir. Ama en büyük sebep yüzde 90 oranında genetik, yani anne babadan gelen bozuk etkilerdir. Öğrenme güçlüğünü etkileyen 20-25 gen vardır. Bununla birlikte çevre faktörleri de çocuğun öğrenmesini etkiler. Öğrenme güçlüğü için düşme çok önemlidir. Çocuk küçük yaşta düştükçe beyin hücreleri ölüyor. Beyin suyun içindedir. Düşünce hem önden hem arkadan etkilenir Kesinlikle düşmemeli, kafasını vurmamalı. Hücre öldüğü zaman kalan hücrelerle çalışmak farklıdır. Futbol oyununu düşünün. 11 kişiyle oynamak farklı, oyuncular ne kadar iyi olursa olsun 8 kişiyle oynamak farklı. 8 kişiyle çocuğu götürüp LGS'ye, üniversite sınavına sokmamak lazım. Küçük yaşta enfeksiyon geçirirse, menenjit olursa çok ateşlenirse, çeşitli metabolik hastalıklardan muzdarip olursa, bunlardan oluşan toksik maddeler genleri bozar. Genler ise çok çeşitlidir. Genlerin nasıl çalıştığı, neyin sebep neyin sonuç olduğu bilinmiyor. Dolayısıyla bir öğrenme güçlüğünde 20 gen etkili; ama bu genler nereden etkilenir? Anne doğum öncesinde ne yer, ne içer, nasıl davranır, nasıl streslenir, o gün aldığı protein miktarı, vitamin, element miktarı ne kadardır? Bilmiyoruz. Bunların hepsi çocuğu etkiler. Sistem o kadar mükemmel ki, bu kadar karışıklığın içinde mükemmel bir intizam var. Biz ancak risk faktörü olarak söylüyoruz.

Beyindeki kayıtta bozukluk vardır

Öğrenme güçlüğü yaşayan çocukların beynindeki kayıtlarda bozukluk vardır. Okurken harfler seslere, sesler hecelere, heceler kelime ve cümlelere çevrilir. Beyin bu sırada kayıtta 've' yerine 'ev' kaydetmişse bunu belleğe atar. Kayıt yanlış alındığı için kullanırken de yanlış gelir. Bu çocuklarda genelde uzun süreli hafıza iyidir; ama kısa süreli bellek kötüdür. Bir şeyi öğrenir; ama yanlış öğrenir. Yanlış öğrendiği zaman da sonuç yine yanlış olur. Bu psikolojik bir hastalık değil tamamen organik bir rahatsızlıktır. Beyinde anatomik olarak öğrenme merkezi vardır. Bu normalde sol tarafta daha büyüktür. Bu tür çocuklarda bu ya sağdaki ile eşit ya da daha küçüktür. Anatomik olarak bunların beyin gelişiminde birtakım farklılık vardır.





Çocuk hareketlidir, afacandır ve öğrenmesi istenen şeyi benimsemediği için de öğrenmiyor olabilir. İlla da bir rahatsızlık olması gerekmez.

Öğrenme güçlüğünün tedavisi erken ve sürekli eğitim

Öğrenme güçlüğü tespit edilen çocuk ile hemen eğitime başlanmalı. Eğitim süreklilik ister. Bu konuda maddi bütün imkanlar seferber edilmeli. Çünkü en büyük hizmet insana hizmettir. Erken eğitim üç safhadan oluşuyor:

1 **Bireysel eğitim:** Beyni kullanmak için bu çok önemlidir. Çocukla devamlı konuşun. İlgi gösterin. 1 aylık bile olsa boş boş bakmasın, karşısına geçip oyun yapın. Çocuğu devamlı canlı renkli, ses çıkaran legolarla oynatın.

Çocuğa ne kadar çok ilgi gösterirseniz öğrenmesi o kadar gelişir. Çocuk nerede eksikse onun üzerinde durulmalı. Kekeliyorsa aynanın karşısında eğitilmeli. 'Ve'lere 'ev' diyorsa yüz tane 've' yazdıracaksınız. Beyin 'ev' ile 've'yi yavaş yavaş algılayacak. Çocuğun yazması eksikse saatlerce yazdırmalı. Sorun matematikse eğer, iki kere iki dördü bir çocuk iki tekrarda alır, öbürü 18'de alır, ama alır. Beynin böyle bir özelliği var. Bu kötüye giden bir hastalık değil, statik bir durum. Hücre ölse bile, beyin yavaş da olsa yeniden hücre oluşturabilir. Kalan hücreler de ölen hücrenin görevini üstlenir.

2 **Konuşma terapisi:** Bireysel eğitimin yanında ayna karşısında bilgisayarlı veya elle eğitim yaptırılır. Bu uzman terapistlerle yapılır. Aileler tek başına yapamaz.

3 **Grup tedavisi:** Grup içine girip, çevresindeki insanlardan bir şeyler öğrenmeli ve onlara da öğretmeli. Çocuğun mutlaka okula gitmesi lazım.

4 **El becerilerini artırma gibi aktiviteler yaptırılmalı:** Olmayan veya eksik olan şeyleri bu şekilde tamamlayacaktır. Böyle bir eğitimle mükemmele yakın bir sonuca ulaşmak mümkündür.

Öğrenme güçlüğü yaşayan çocuklarda nöbet görülme oranı toplumun geneline göre fazladır. Bu çocuklar yersiz gülebilir, dalabilir, yutkunabilir, birden uyuşabilir, boş boş bakabilir. EEG çekilmeli. Veya bunlarda hiperaktivite ve dikkat dağınıklığı olabilir. Yine erken yaşta yakalanıp eğitimi sağlanabilir. Öğrenme güçlüğü zeka geriliği ile karıştırılıp bu şekilde tedavi edilmeye kalkışılırsa bilişsel fonksiyonlarda sorun çıkabilir. Bu yüzden testler yapılmalı. Zeka geriliği ile öğrenme güçlüğünü aile tek başına ayıramaz. Özel eğitimcilerden yardım istenmeli.







Hamilelik döneminde ne yapılabilir?

1 Çocukta öğrenme güçlüğü oluşmaması için hamilelik döneminde anne çok iyi beslenmeli. Oranlara göre yağ, karbonhidrat, protein, mineral ve vitaminleri dengeli almalı. Çok karbonhidrat almamalı. Suni gıdalardan uzak durmalı. Rafine edilmiş gıdalardan kaçınmalı. Çünkü bunlarda serbest radikal miktarı artıyor. Bu tür gıdalarda koruyucu birtakım maddeler kullanılıyor. Elimizde çok veri yok; ama rafine gıdalarda, çok kavrulmuş gıdalarda toksik (zehirli) madde oranı fazladır. Hamilelikte, Batı tarzı fast food türü beslenmelerde kavrulmuş gıdalar ve doymamış yağların çok fazla alınması, meyve ve sebzelerin orantılı olarak alınmaması zeka geriliği için önemli bir risk faktörüdür.

2 En önemli çevre faktörlerinden biri de strestir. Stres, yağlı yemek veya hipertansiyon kadar önemlidir. Çünkü, bütün genleri etkiler. Anne adayı mümkün olduğunca stresten uzak durmalı, çevresi de bu konuda yardımcı olmalı.

3 Sigara çocuğun zekasını kesinlikle kötü etkiliyor. Çocuğun düşük doğum ağırlığında doğmasına sebep olduğu kesin. Bebek küçük doğunca beyin de küçük doğuyor. Alkol çok büyük hata olur.

4 Hamile kadınlar çok gezmemeli. Bilmediği yerlerde, tatil yerlerinde temizliğe çok dikkat etmeli. En iyisi kendi hazırladığı yemeği yemesi. Ne kadar temiz de olsa yabancı biri yapıyor dışarıdaki yemekleri. Düzenli aktiviteleri olmalı. Ultrason ve kan tahlilleri düzenli yapılmalı. Diyabet iyi incelenmeli. Metabolik hastalıklara, hipertansiyona, böbrek hastalığına çok dikkat etmeli.

Prof. Yüksel: Bebeğe kitap okuyun

Anne ne kadar entelektüel ise çocuğun da öyle olma şansı büyüktür. Kitap okuma hamilelik döneminde etkiler. Biz açıkçası çoğu şeyi bilmiyoruz. Okuma beynin daha aktif olmasına, bazı proteinlerin üretilmesine, çocuğun da uyarılmasına neden olabilir. Bu konuda çok bilimsel veri yok. Böyle şeyleri deneysel yapmak da mümkün değil. İnsanda böyle çalışmalar yapmak çok zor; çünkü herkesin genleri, çevre şartları farklı. Zekayı etkileyen çevre faktörleri çok önemli. Onun için diyoruz ki çocuğunuza devamlı gülün, onu güldürün, takip edin, ilgi gösterin, hoş tutun ve konuşturun. Hamileyken de konuşulabilir. Etkisiyle ilgili elimizde bilimsel veri yok, olması da mümkün değil; ama ben bir nörolog olarak çocuğun olumlu etkilendiğine inanıyorum.

Çocuğa annesinin bakması ile başkasının bakması arasında zeka gelişimi açısından fark olur. Çünkü annenin 6. hissi, ayrı bir refleksi vardır. Annenin yerini ne baba tutar ne başka akraba. Annelerin çok yorucu işlerde çalışmasına karşıyım. Çocuk üç yaşından önce kreşe verilmemeli. Üç yaşına kadar evde anne ve yakınları bakmalı. Çocuğun zekasını geliştirmek için;

- Onunla çok ilgilenin.
- Düşmeye, enfeksiyonlara karşı koruyun.
- İyi ve düzenli besleyin. Haftada 1 defa balık, tavuk, kırmızı et almalı. Kırmızı et kas gelişiminde ve demir eksikliğinde çok önemlidir. Zeka için demir eksikliği olmamalı. Bakır, çinko gibi eser elementlerin yeterli olup olmadığına mutlaka bakılmalı. Vitamin ara ara verilmeli. Gıdalar günlük taze olmalı. Yoğurt, süt ve muhallebi dışında sebze-meyveler de taze olmalı. Buz dolabında üç günden fazla duran et demir eksikliğini gidermez.





Anne sütü almamak zekayı etkiler mi?

Anne sütü ile ilgili çok veri yok. Bu tür çalışmaları yapmak da mümkün değil. İnsanlar çevre faktörlerinden çok etkileniyor. Eşit şartlarda süt verilse bile toplumdan kazandıkları tecrübe farklı olacaktır. Yaygın gelişimsel bozukluk son 20 yılda arttı. Bunun sebebini araştırırken son 20 yılda nelerin değiştiğini düşünmek gerekiyor. Anne sütü alımının azalması, suni gıdaların artması, pestisit (böcek ilacı) kullanılan meyvelerin ve sebzelerin yenmesinin artması gibi çok şey değişti. Şehirde yaşayan insan sayısının artmasıyla kurşun ağırlıklı solunum problemi ortaya çıktı. Anne sütünün enfeksiyonlara karşı bağışıklık yaptığı kesin. İçeriğinde mikroplara karşı duran birtakım antikorlar var. Zekaya etkisini ölçmek mümkün değil; ama benim kanaatime göre anne sütü zeka gelişiminde çok önemlidir.





Hazırlayan: REYHAN YAZICI (TASARIMCI)

Dekorasyon hoş geldin!

Ailemize yeni bir bölüm daha eklendi. Kısıtlı sayfalarımıza evlerimizi güzelleştirecek dopdolu bir sayfa geldi. Tasarımcı Reyhan Yazıcı, Ailem okurlarının evlerini daha yaşanılır, daha kullanışlı ve daha mutlu bir ortama çevirebilecek öneriler hazırladı. Belli periyotlarla sizlerin huzuruna çıkacak bu bölümümüzü beğeneceğinizi umuyoruz.

Ailem

Koltuk mu, yatak mı?

Türk aile yapısında misafir önemli yer tutar. Gündüz rahat ettirebileceğimiz gece de rahatça yatırabileceğimiz mekanlar ararız; ama özellikle büyük şehirlerde oda sayısı az olduğundan misafir için salon bir nevi yatak odası vazifesi görmelidir, sandık görevi görmelidir.

Ne tür bir koltuğa ihtiyacınız olduğuna karar verin

Yeni koltuk takımı alırken ağacının sağlamlığı, boyutları, döşemesinin rengi, deseni, işlevselliği ve de fiyatı önemlidir. Çok ucuz olup kullanışsız, çok güzel olup fahiş fiyatlara mobilya almak mümkün. Öncelikle hangi ölçülerde ne tarz mobilyaya ihtiyacımız olduğuna karar vermeliyiz (odanın şekli ve işlevselliği düşünülerek). Küçük salonlar köşe koltuklar ile daha büyük ve ferah görünür, büyük salonlar için büyük köşe koltukları tercih edilebileceği gibi iki üçlü iki tekli modeli de tercih edilebilir. Dümdüz koltukları fantazi yastıklar ile klasik, spor rengarenk kumaşlardan yapılmış yastıklarla sevimli göstermek mümkündür. Oturma odalarında genellikle desenli ya da flu renklerde koltuklar seçilmelidir. Salonlarda ise koyu renkler özellikle bordo, yeşil, mürdüm, ebru, bej ve kahve tonları kullanılmalıdır. Amaç mekana daha seçkin bir hava yansıtmaktır.

Nasıl bir kumaş seçilmeli?

Kumaş seçimi önemlidir; leke tutmayan, silinebilen, terletmeyen yumuşak dokulu kumaşları tercih etmeliyiz. Salonlarımızda kadife, sonil, teflonlu kumaşlar tercih edilmelidir. Oturma odalarımızda keten, sentetik viscon, koton idealdir. Son dönemlerde revaçta olan deri çok pahalı olduğundan koltuklarda suni deri kullanılıyor; fakat bu tür döşemeler hem çok sıcak tutuyor hem de hemen yırtılabiliyor. Suni derilerin temizlik kolaylığı var; ama asla evler için kullanışlı bir malzeme değil.



Koltukları yeniletme daha ucuz

Eski takımlarımızı yenilemede ya da yepyeni bir takım ihtiyacında en kârlı ve doğru yol hazır koltuk takımı almak yerine yaptırmaktır. Birçok semtte döşeme evleri mevcut. Bir takıma yaklaşık 22 metre ile 27 metre arasında kumaş gidiyor. Döşemelik kumaşların metre fiyatları 8 milyon ile 100 milyon arasında değişiyor (15 milyona çok güzel döşemelik kumaşlar var, hem kaliteli hem de modern çizgiye sahip). İstanbul'da Zeytinburnu döşemelik kumaş alınabilecek yerlerden biri. Döşeme fiyatları semtlere göre farklılık gösteriyor; Emirgan'da 1 milyar ile 2 milyar arasında döşeme yapılırken aynı koltuk takımı Dolapdere'de 600 milyon ile 800 milyon arasında kaplanıyor (kumaş hariç, diğer malzemeler ve nakliye içinde). Koltuklarınızın iskeletleri de yaptırılacak modele, büyüklüğüne bağlı olarak 400 ile 600 milyon arasında değişiyor.

PÜF NOKTASI

- Yastıklar mutlaka fermuarlı olmalıdır (yıkanabilmesi için).
- Koltuk döşemelerini portatif yaptırabilirsiniz (gerektiğinde çıkarıp yıkayabilmek için).
- Salonlarda kullanılacak döşemelik kumaş tek renk ve koyu olursa salon daha elit görünür ve aksesuarlar ön plana çıkar.
- Küçük mekanlarda açık renk koltuklar tercih edilmelidir.
- Ağır gramajlı koltuklar tercih edilmemelidir
- Modüler koltuk (ayrılabilen) sistemi tercih edilmelidir.
- Yalın sade modellerin modası hiçbir zaman geçmez.
- Koltuklarımızı silerken (kadife ve tüylü dokumalarda) son durulama suyuna sirke koyarsak (az miktarda) kumaşların daha çok parladığını fark ederiz.

Zaman Gazetesi 34194 Yenibosna/İstanbul
dr.can@zaman.com.tr
DR. CAN

Ders çalışmak
çikolatalı pasta yemek değildir

Sibel- Antalya
Kızım LGS ye, ağabeyi de ÖSS'ye hazırlanıyorlar. İkisi de benden ve babasından daha zekiler. En büyük sorunumuz ders çalışmamak. İkisi de anlaşmış gibi "Oturuyoruz; ama çalışma iştahımız gelmiyor" diyorlar. Ne yapmalıyım?

Dr. Can
Sevgili Sibel Hanım. Ders çalışmanın iştahı olmaz. O bir pasta ya da patatesli köfte değil ki iştah gelsin. Ders çalışmak bir iştir. Hem de zor bir iştir. Oturup plan program yapılmalı, hedefe uygun olarak zaman, zemin, süre, etüt ve fizibilitesine göre işe koyulmalıdır. Çalışılacak ders ve amaç belirlenmelidir. Zaman ve süreyi buna göre ayarlamasını sağlamalıyız çocuklarımızın. Her şartta onların az ve kısa süreli çalıştığından şikayet etsek de önemli olan masada uzun süre kalmak değil neler yapıldığını görmektir. Her saatin 15 dakikasını ara vermeye ayırması sağlanmalı, ağır fen ya da ezber derslerini üst üste değil de dönüşümlü çalışmasını telkin etmeliyiz. Çalışma saatlerini tam da ağır yemeklerin sonuna ya da uyku zamanlarının öncesine denk getirmemelidir. En verimli saatlerde çalışılmalıdır. Dinlenme, çay, tuvalet, su içme ve evin içinde 15 dk. dolanmayı içerir. Yoksa aşk, kin, nefret, intikam dizileri, chat zararlısı, arkadaşlarla 3 saat 26 dakika telefon görüşmesi ya da uyumak, "ara vermek" değil, "zarar vermek"tir.


FOTOĞRAF: AP

Şekerlemeleri baştan seversiniz, dersleri ise çalışa çalışa, engelleri aşa aşa sevmeyi öğrenirsiniz.

Çalışma mekânı
1) Karışık, çok eşyalı, cadde manzaralı, duvarları bolca posterli ve TV bulunan bir oda, çalışma değil "çalışmama" odasıdır.
2) Çalışma masasının üzeri de bir o kadar önemlidir. Sade ve düzenli olmalıdır. Ayrıca koltuk ve yatak üzerinde de çalışılmamalı, mümkün mertebe sandalye ve masada olmalı, ortopedik arıza oluşturmayacak ve çabuk yorulmayacak pozisyonda ve müteyakkız durumda bulunmalıdır.
3) İçeride kapı kapalı olmalı, evin içinden gelen TV, dedikodu, müzik, puding frekansından yapılan yayınlar içeri sızmamalıdır.
4) Aynı şekilde sokağa ya da caddeye bakan pencerenin önünde ders çalışmak verimi azaltıp hayalleri artırarak özenti meydana getirebilir.

Anne baba ne yapmalı?
Ebeveynin görevi uygun ortamı hazırlamak, kararlı olmak ve kontrol etmektir. Onun yerine endişelenmek, olayı ondan daha çok sahiplenmek, ders çalışmayı ailesi için yapılması gereken bir eylem olarak görmesine sebebiyet verir. Bu durumda ders çalışmayı ailesine karşı kullanır. Çocuğun normalde yapması gereken bir şeyi ödülsüz yapmaması ve bunu bir kazanç sağlama yolu olarak görmesi ders konusunu evde kâbus haline getirebilir. Başarı ve mutluluklar.

Öfkeyle kalkan, keskin sirke salatada güzel olur!

Mülayim/Ankara
24 yaşındayım. Evin tek çocuğuyum. Üniversite bitiyor. Çok sinirli, agresif ve öfkeli olduğum söyleniyor. Çocukluktan gelen bir şeymiş. Acaba genlerimde mi var? Çok şeyimi kaybettim. Şimdi de sağlığımdan endişe ediyorum. Böyle giderse istediğim adayla da evlenemeyeceğim.

Dr. Can
Öfkeli çocuk! Dua olsun diye seçtiğin "Mülayim" rumuzu çok hoşuma geldi. "Hiçbir şey yazmasam" dedim. "Bu rumuz onun için iyi bir başlangıç olsa" dedim; ama dayanamadım ve yazıyorum:

Genlerden değil
Diş doktoru bir arkadaşımın bahçesinde bir bekçi köpeği... Özellikle eşi köpeğe öyle bir sevgiyle yaklaştı ki, 3 yaşındaki köpek bugüne dek değil hırlama bir kez olsun dişlerini göstermek suretiyle dahi öfkesini dışa vurmadı. Altı ameliyat geçiren bu köpek için veterineri Cengiz Bey, "Dört tanesini lokal anestezi ile yaptım. Bayıltmaya gerek bile olmadı. Dikiş atarken sanki teşekkür için elimi yalıyordu." diyor. Çocukken (2-3 yaşlar) bağırıp tepinerek hatta başımızı sağa sola vurarak "öfke nöbetleri" geçiririz. Bu, duygu ve düşüncelerimizi dışa vuramamaktan olur. Anne-babamızın bizi sakinleştirmesini isteriz. Ama artık büyüdük. Bir "dil"imiz var. Bunu kullanıp konuşarak istek ve dertlerimizi anlatabiliriz. "Dil" bilgimiz, yaşam deneyimimiz makul izah ve ikna yeteneğimiz yok diye "hiddet"lenip, sonra da 2-3 yaşındaki gibi bizi sakinleştirmelerini istemeye hakkımız olmasa gerek.

Aile numune olmamalı
Eğer küçükken öfkelendiğimizde, önümüzde öfkesini kontrol eden, şefkatli örnek bir ebeveynimiz yoksa ve onlar da aynı hiddet ve şiddete başvuruyorlarsa bugünkü sonuç kaçınılmaz olacaktır.

Öfke istersen içindeki öfke yeter
Öfke tabii bir duygu ve hep olacak. Amaç öfkelenmemek değil, kaynağını tespit edip tedbir almak ve dışavurum davranışını seçmektir. Düşmanlık yapmak istiyorsan, içindeki öfkeye öfkelenmeli, savaş istiyorsan nefsinin kural tanımaz istekleriyle savaşıp ruhunu özgürleştirmeli, şairsen, öfkeliysen, inadına şiir yazıp, yeni yeni istiklal marşları ortaya çıkarmalısın. Derslerinde başarısızsan, dişlerini gıcırdatarak ısır konuları, ye kitapları, yut soruları. Kilolu isen, öfkelen iştahına, hiddetlen yağlarına, boykot yap baklavaya, çöreğe!

Darılmak yok, sarılmak var
Ama küserek, bastırarak içimize atmak yerine, anlatmalı, konuşmalı dindirmeliyiz. Aksi halde tansiyon, kalp, ülser kanser (Allah korusun) öfke tokmağı ile kapımızı çalar. Karar senin. Sekine meleklerinden sana selam olsun Mülayim!

Hazırlayan: SÜMEYYE GÜRGEN

FOTOĞRAF: AP

HZ. CÜVEYRİYE BİNTİ HARİS (r. anha)

"Esaretten saadete"

Hz. Âişe validemiz onun hakkında; "Ben kavmi için Cüveyriye'den daha hayırlı ve daha bereketli bir hanım bilmiyorum." demiştir.

Hz. Cüveyriye (r.anha), Beni Mustalık reisi olan Haris b. Ebu Dırar'ın kızıdır. Babası İslam düşmanı bir müşrikti. Resulullah (sas) Beni Mustalık'ın (Huzaa'nın bir kolu) efendi ve lideri Haris b. Ebi Dırar'ın komutasında Müslümanlarla savaşmak için asker topladıklarını öğrenince, onlar Medine'ye saldırmadan önce bu kavme ani bir baskın yapmaya karar verdi. Sahabelerle ve yanında hanımı Hz. Aişe'yle beraber yola çıktılar. Müreysi kuyusunun başında konakladılar. Müşrikler Peygamberimiz (sas) ve ordusunu hiç beklemedikleri sırada karşılarında görünce şaşkına döndüler. Yüce Peygamber (sas) öncelikle onları İslam'a davet etti; fakat kabul etmeyip savaşmak istediler. Kısa süren çarpışmada Beni Mustalık kabilesi yenilip esir düştü. Esirler arasında Beni Mustalık'ın reisi Haris b. Ebi Dırar'ın kızı Cüveyriye (r.anha) da vardı. Esirler mücahitler arasında taksim edilirken Hz. Cüveyriye, Sabit b. Kays b. Şemmas'ın payına düştü. Müminlerin annesi Hz. Aişe (r.anha) konuyla ilgili şöyle der: "O güzel bir kadındı. Serbest bırakılması için ödeyeceği para konusunda yardımını istemek üzere Resûlallah'a (sas) gelmişti. Vallahi, onu görünce hiç hoşlanmadım. Benim onda gördüğümü Resûlullah'ın da onda göreceğini biliyordum. Hz. Cüveyriye (r.anha) Resulullah'ın yanına girince şöyle konuştu: "Ya Resulallah! Ben, Benî Mustalık'ın reisi Haris'in kızı Cüveyriye'yim. Bildiğiniz gibi başıma esirlik belası çattı. (Sabit b. Kays'ın hissesine düştüm.) Kendimi azat ettirmek için onunla anlaştım. Bu konuda bana yardımcı olun." Resulullah (sas) ona, "Bundan daha hayırlısını istemez misin? Daha hayırlısı, fidyeni (kurtulma parasını) ödeyip seni eş olarak kabul etmemdir." buyurdu. Hz. Cüveyriye (r.anha) memnuniyetle, "Olur." diye cevap verdi. Ardından hemen Müslüman oldu. Bu haber hemen etrafa yayıldı. Esirleri ellerinde tutan kahraman sahabîler; "Biz Allah elçisinin sıhrî hısımlarını nasıl esir olarak elimizde tutabiliriz!" diyerek, hepsini serbest bıraktılar. Bugünün insanlığının bile anlamakta zorlanacağı manzara karşısında şaşkına dönen ve ne olduklarını şaşıran Mustalık oğulları bu büyük civanmertlik neticesinde İslâm'a girdiler. Bu yüzden Hz. Âişe validemiz, Hz. Cüveyriye validemiz hakkında; "Ben kavmi için Cüveyriye'den daha hayırlı ve daha bereketli bir hanım bilmiyorum." demiştir." (Üsdü'l Gabe, 7/ 56-57) Daha önce adı Berre iken Resulullah (sas) "kadıncık, kızcağız" anlamına gelen "Cüveyriye" ismini vermiştir.

O ve kavmi Efendimiz eliyle öyle bereketli bir mağlubiyet yaşadı ki, hem Cüveyriye validemiz, hem de kavmi için hidayet kapıları açıldı.

Çok dindar bir hanımdı

Hz. Cüveyriye (r.anha) çok oruç tutar ve çok namaz kılardı. Bir gün mescidde dua edip Allah'ı zikrederken Peygamberimiz (sas), onun yanına uğrayıp ayrılmıştı. Daha sonra gündüzün yarısı olduğu sıralarda döndü. Hz. Cüveyriye'nin yanına uğradı. (Hz. Cüveyriye hâlâ namazgâhında idi, namaz, tesbih ve zikirle meşgul oluyordu.) Peygamberimiz (sas), "Sen hâlâ, yanından ayrıldığım hâl üzere devam mı ediyorsun?" diye sordu. Hz. Cüveyriye, "Evet" cevabını verdi. Resulullah (sas), "Ben senden sonra, üç kerre, dört kelime söyledim ki, bugün sabahtan beri senin söylediklerinle tartılsa, onlardan daha ağır gelir. Dikkat et, o kelimeleri sana da öğreteyim: "Sübhânallâhi adede halkıhî." (Allah'ı yarattığı mahlukat sayısınca tesbih ederim.) "Sübhânallâhi rıda nefsihî. (Allah'ı razı olacağı şekilde tesbih ederim.)" "Sübhânallâhi zinete arşihî. (Allah'ı arşının ağırlığınca tesbih ederim.)" " Sübhânallâhi midâde kelimâtihî. (Allah'ı kelimelerinin miktarınca tesbih ederim.)" buyurdu." (Tirmizi v/ 556. Üsdü'l Gabe, 7/ 58) Hayra düşkün, ibadetlerle ve evrad-ı ezkârla meşgul olan bu hanım sahabe Hicret'in 56. yılında vefat etmiştir. Allah ondan razı olsun, şefaatine nail eylesin. Amin.

Kişi kalbinin sesini dinleyebilmeli, onun sesini öncelikle tanıyabilmeli. Fâniliği, acizliği kabul etmeyen ve hep bekayı özleyen bu çığlığı teskin edecek, rahatlacak yegane şey ilahi emirlerdir.

■ DOÇ. DR. ŞADİ EREN

FOTOĞRAF: AFP



Kalp Gözü

İnsanın maddi gözüne "basar", kalp gözüne de "basiret" adı verilir. İnsan beden gözüyle eşyayı görürken kalp gözüyle de gerçekleri müşahede eder. Şu ayette kalbin bu yönüne temas edilmektedir:

"Onlar yeryüzünde dolaşmadılar mı ki, bu sayede akledecek kalpleri, işitecek kulakları olsun. Doğrusu, gözler kör olmaz. Lakin sinelerdeki kalpler kör olur." (Hacc, 46)

Öyle anlaşılıyor ki, asıl körlük kalbin kör olması, yani gerçekleri görmemesidir. Dünyada iken gerçekleri görmeyenler ahirette kör olarak diriltilirler. Kur'an bunu şöyle anlatır:

"Her kim de benim zikrimden (Kur'ân'dan) yüz çevirirse, ona dar bir geçim vardır ve onu kıyamet günü kör olarak haşrederiz.

- "Rabbim! Beni niçin kör olarak haşrettin, oysa ben gören bir kimseydim" der.

- Allah: "Böyledir, sana âyetlerimiz gelmişti de onları sen unutmuştun, bugün de öylece unutulursun" der.

- İşte haddi aşanları, Rabbinin âyetlerine inanmayanları biz böyle cezalandırırız. Ve muhakkak ki ahiret azabı daha şiddetli ve daha devamlıdır." (Taha 124-127)

Kalp Dili

Denilir ki: "Kalpten çıkan söz kalbe gider. Ağızdan çıkan söz ise, ancak kulağa varır." Halk arasında "gönül ehli" denilen muhterem zatlar vardır. Bunların sükutu bile adeta konuşma gibidir. Bunlar "kalp diliyle" konuşurlar.

Kalp Penceresi

İnsan kalbi ebede açılmış bir penceredir. Bu kalp, ebedden ve ebedi olandan başkasına razı olamaz.